

Hlava a ramena

(Tradicional/český text M.Růžičková)

Hlava, ramena kolena a palce

Hlava, ramena kolena a palce

Otoč se a vyskoč ke hvězdám, je to snadné mě se zdá, mě se zdá.

Za minutku přijdu k vám já tančím hrozně rád,

zpívám skáču shora dolů chci jen tancovat.

Řídím doleva a řídím doprava

disco je tu zase zpátky to je zábava.

Hlava, ramena kolena a palce

Hlava, ramena kolena a palce

Otoč se a vyskoč ke hvězdám, je to snadné mě se zdá, mě se zdá.

Jestli mám rád polku to si nejsem příliš jist,

při tanci mám hlad jak vlk a hned jdu něco sníst.

běžím doleva a běžím doprava,

disco je tu zase zpátky to je zábava.

Když chci zůstat stále zdravý, jdu si zaplavat,

do studené vody to já skáču hrozně rád.

Plavu doleva a plavu doprava,

disco je tu zase zpátky to je zábava.

Hlava, ramena kolena a palce

Hlava, ramena kolena a palce

Otoč se a vyskoč ke hvězdám, je to snadné mě se zdá, mě se zdá.

Hlava, ramena kolena a palce

Hlava, ramena kolena a palce

Otoč se a vyskoč ke hvězdám, je to snadné mě se zdá, mě se zdá.

Hlava, ramena kolena a palce

Hlava, ramena kolena a palce

Otoč se a vyskoč ke hvězdám, je to snadné mě se zdá, mě se zdá.

Postavíme se do kroužku a podle textu si ukazujeme...na hlavu, ramena, kolena, palce, oči ,uši, pusu. V mezihře tancujeme na místě nebo se pohybujeme doprava a doleva. Když jsou pozvání k tanci i ostatní kamarádi a maminky cvičíme v rychlejším tempu, kdo vydrží až do konce